



Consell Insular
de Formentera

Àrea d'Esports
Escoles Esportives

Plaça de la Constitució, 1
Sant Francesc Xavier | 07860 | Formentera
Tel. 971 32 10 87 | Fax 971 32 25 56
www.consellinsulardeformentera.cat
www.consellinsulardeformentera.es
consell@formentera.es

PROGRAMA DE TECNIFICACIÓ MULTIESPORTIVA EMAF.

L'EMAF ofereix un programa a nivell multi esportiu dedicat als complements necessaris i imprescindibles per a una preparació més específica i integrada.

L'objectiu principal és potenciar la preparació de l'alumne en qualsevol àmbit esportiu per augmentar el nivell de competència i una relació multi esportiva soci-cultural dels alumnes.

Focalitzar punts físics, treballs específics aeròbics i anaeròbics diferents als rutinaris d'entrenament, psicologia i motivació, tallers de flexibilitat, entre d'altres activitats.

Des de l'EMAF considerem necessari una relació soci-cultural i esportiva per la gent de Formentera, ja que és imprescindible que entenguin que, tot el èxit esportiu vendrà sempre predeterminat per la base de les escoles esportives.

El programa serà d'almenys 1 dia a la setmana per a tots els esportistes que es considerin per a complimentar la seua preparació esportiva sempre i quan el coordinador de cada alumne, en cada àrea esportiva, ho crega necessari i oportú.



Consell Insular
de Formentera
Escoles Esportives Municipals

